

# ÉTLAP

info@gasztvital.hu  
gasztvital.hu

Budapest ÓVODA (Fruktózszegény)

17. hét 2024.04.22. - 2024.04.28.

Tízórai

Ebéd

Uzsonna

Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek
Tea szőlőcukorral Kockasajt, natúr (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Kakaó szőlőcukorral (7) margarin vizes zsemle (1)	Tea szőlőcukorral Zöldfűszeres margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Tej 2dl (7) Szendvics sonka margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Tea szőlőcukorral (12) Fokhagymás felvágott margarin Teljes kiőrlésű kenyér (1)
EN:350 ZS:6,7 TZS:3,9 FH:13,1 SZH:57,1 CK:4,5 SO:0,6	EN:270 ZS:7,3 TZS:3,0 FH:10,4 SZH:39,5 CK:2,7 SO:0,2	EN:334 ZS:7,2 TZS:2,0 FH:9,8 SZH:55,3 CK:4,5 SO:0,1	EN:413 ZS:8,7 TZS:1,4 FH:19,4 SZH:62,5 CK:11,3 SO:0,8	EN:362 ZS:9,3 TZS:3,1 FH:12,2 SZH:55,5 CK:4,5 SO:0,5
Sertés gulyás leves D (1;9;12) Káposztás kocka D (1)	Erőleves levestésztával (1;9;12) Főtt virsli Burgonyafőzelék (1;7;12)	Karalábé leves (9;12) Zöldfűszeres sertés ragu Rizs köret	Zöldségleves (1;9;12) Egyben sertésvagdalt Zöldbabfőzelék (1;7)	Zellerkrémleves (1;7;9) Sült csirkecomb Bulgur köret (1)
EN:382 ZS:9,7 TZS:1,5 FH:14,7 SZH:57,3 CK:2,3 SO:1,6	EN:431 ZS:16,3 TZS:5,5 FH:15,1 SZH:51,5 CK:2,8 SO:3,0	EN:322 ZS:10,5 TZS:2,1 FH:19,2 SZH:37,5 CK:0,0 SO:3,4	EN:294 ZS:8,7 TZS:3,2 FH:16,2 SZH:35,9 CK:5,3 SO:2,1	EN:586 ZS:27,3 TZS:1,2 FH:43,3 SZH:38,7 CK:5,4 SO:2,1
Bazsalikomos margarin vizes kifli (1)	Pritaminos szendvicskrém (7) Teljes kiőrlésű kenyér (1)	Baromfi párizsi margarin vizes zsemle (1)	Zala felvágott margarin vizes kifli (1)	Sárgarépas margarin vizes zsemle (1)
EN:195 ZS:6,6 TZS:1,9 FH:4,5 SZH:28,2 CK:0,9 SO:0,0	EN:314 ZS:5,7 TZS:3,0 FH:10,3 SZH:53,1 CK:2,3 SO:0,2	EN:211 ZS:7,5 TZS:2,0 FH:6,6 SZH:28,5 CK:1,0 SO:0,4	EN:219 ZS:8,1 TZS:2,4 FH:7,0 SZH:28,6 CK:1,0 SO:0,4	EN:226 ZS:9,6 TZS:2,9 FH:4,6 SZH:29,4 CK:0,8 SO:0,0

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk. Tápanyagtartalom jelölés magyarázata:  
EN (számított energia; kcal/adag), ZS (zsír; g/adag), TZS (telített zsírsav; g/adag), FH (fehérje; g/adag), SZH (szénhidrát; g/adag), CK (cukor; g/adag), SÓ (só; g/adag)  
Allergének: 1 - Glutén; 2 - Rákkfélek; 3 - Tojás; 4 - Halak; 5 - Földimogyoró; 6 - Szójabab; 7 - Tej, laktóz; 8 - Diófélék (mandula, mogyoró, diófélék, pisztácia); 9 - Zeller;  
10 - Mustár; 11 - Szezámmag; 12 - Kén-dioxid, szulfidok; 13 - Csillaafürt; 14 - Puhatestűek. \* - édesítőszeret tartalmaz.

**Gasztvital**